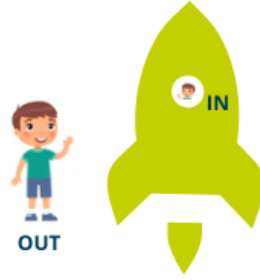


DIŞSALLAŞTIRMA SORUNLARI



ANA ÖZELLİKLER

Güçlendirilmiş beceriler	HEDEFLER BELİRLEME - ÇÖZÜMLERE ODAKLANMA
Şunlar için uygundur:	Öğretmenler, öğrenciler
Zorluk seviyesi	Alçak
Ayar	Grup, bireysel
Katılımcı sayısı	En az 1
Ortalama süre	60 dakika
Özel ekipman/malzemeler	Hayır
Çevrimiçi sürüm	Evet

1. AÇIKLAMA

Uygulama bir röportaj şeklinde gerçekleştirilir ve iki bölümden ve ayrıca yansımanın son bir aşamasından oluşur.

İlk bölümde, odak noktası, kişinin (görüşülen kişi olarak veya yansıtıcı pratiğinde) sahip olmanın zor veya mutsuz bulabileceği kişisel özelliklerdir. Bu durumda, odak noktası, yanıtlayanın kendisine uygulayabileceği sıfatlardır.

İkinci bölümde kişiden dilinde bir değişiklik yapması, sıfatları isimlere dönüştürmesi, sıfatlar yerine isimlere odaklanması istenir. Cevaplar, görüşülen kişinin dış durumlarını tanımlamak için isimlerin üretilmesiyle ilgilidir. Bu nedenle, son bir yansıma adımı, uygulamanın daha iyi anlaşılmasına ve kişisel gelişim üzerinde bir etkiye yardımcı olabilir.

2. AMAÇ / FAYDALAR

Uygulama, anlatı pratikleri geleneğine dayanır (Bruner, 1990; Beyaz, 2007).

Anlatı pratiği uygulayıcıları genellikle problemler ve sıfatlar hakkında konuştuğumuzda, onları içselleştirdiğimizi, yani onları kendimizin yansımaları olarak gördüğümüzü görürler.

Bununla birlikte, bir isim olarak zor bir durumdan bahsettiğimizde, onu dış kaynak olarak kullanıyoruz. Dış kaynak kullanımı, yaşamlarımızı yönetmede daha fazla seçeneğimiz olduğu anlamına gelir, çünkü kişi ile sorun arasında boşluk bırakmaya yardımcı olur. Dış kaynak kullanımı yoluyla, kişi artık "sorun" olarak tanımlanmaz, ancak "bir sorunla ilgilidir".

Anlatı eğitimcileri, sorunları insanların içi olarak görmenin aşırı basitleştirme olduğuna dikkat çekiyor. Aksine, sorunların, neyin "doğru" neyin "yanlış" olduğu, neyin "olduğu" ve neyin "sorun" olduğu kriterlerinin belirlendiği sosyal bağlamda yaratıldığını öne sürüyorlar. Dış kaynaklı dilin kullanımı, bu belirli bağlamda yer alan tüm insanların bir sorunun yaratılmasına açık veya örtülü olarak katkıda bulunduğunu dikkate alır, bu nedenle her sorun tek bir kişinin bir yönü değil, sosyal bir sorundur.

Sonuç olarak, sınıfta dış kaynaklı konuşmaların kullanılması, iklimini yönetmek için gerçekten yararlı olabilir, çünkü tek bir öğrenciyi veya öğretmeni suçlama süreçlerinden kaçınır ve eyleme katılan herkesi sorunu yönetmeye teşvik eder.

Dolayısıyla, bu uygulamanın temel amacı, bireysel ve / veya sosyal etkileşimlerde dili kullanarak sorunların nasıl dışsallaştırılacağını öğretmektir (örneğin bir röportaj).

Bu uygulama, anlatı pratikleri ile pozitif psikolojide iyimserliği arttırmak arasındaki geçişin bir örneğidir. Pozitif psikologlar için, iyimser düşünen insanlar genellikle sorunları kendilerinin bir yansımasından ziyade gizli bir olay olarak görürler.

Faydaları, sorunlarla başa çıkmak için kişisel stratejiler üzerinde olumlu bir etkiveya insanların memnun olmadığı bir şeyle ilgilidir. Bir okul bağlamında, öğretmenlerin meslektaşlarıyla işbirliği yapma veya öğrencilerin sınıf ortamına dahil edilme konusundaki mesleki deneyimleri olabilir.

3. İLGİLİ BECERİ KÜMELERİ

- HEDEFLERİN BELİRLENMESİ (Gruplama No 3)
- ÇÖZÜMLERE ODAKLANMA (Gruplama No 5)

Neden

1. Bu uygulamada yer alan ilk gruplama, öğrencilerin ve öğretmenlerin beklentilerinin (hem sınıf iklimi hem de konuların öğretimi / öğrenilmesi açısından) birbirlerini etkilediği ve hedeflerini netleştirdiği fikrine dayanan 3 numaralı küme olan "Hedef belirleme" dir. Daha spesifik olarak, uygulama geleceğe yöneliktir, yani dış kaynak kullanımı sorunları, öğretmenlerin ve öğrencilerin sınıf rutinlerinin sonraki aşamalarında ve olaylarında uygulamak için çözümler bulmalarına yardımcı olabilir .
2. Bu noktayla bağlantılı olarak 5 numaralı gruplama "Çözümlere odaklanın". Dış kaynak kullanımı sorunları, "Neyin işe yaradığına odaklanmanıza" yardımcı olabilir ve sorunları çözmekten çözüm oluşturmaya geçişi biraz daha vurgular. Bu uygulama söz konusu olduğunda, dış kaynak kullanımı sorunu, öğretmenler ve öğrenciler için çözüm bulmaya yönelik yeni bir yaklaşımın temelidir. Bu açıdan bakıldığında, dış kaynak kullanımı uygulaması, sınıftaki zorluklar hakkında farklı bir düşünme ve konuşma şekli sunar.

4. UYGULAMA NASIL YAPILIR

Adım 1 / Hazırlık:

Daha önce de belirtildiği gibi, uygulama bir röportaj şeklinde gerçekleştirildiğinde çok ilginç olabilir. Bu nedenle, iki çift öğretmen veya öğrenci arasında (görüşmeci ve görüşmeci) veya hatta öğretmenler ve öğrenciler arasında bir dizi soru sormak ve sırayla birbirleriyle röportaj yapmak için bir röportaj yapmak iyi bir fikirdir. Alternatif, bu uygulamanın tek bir kişi tarafından uygulanmasıdır, böylece öğretmenler ve öğrenciler birbirleriyle röportaj yapabilir ve cevapları bir kağıda yazabilirler. TASC'de sunulan tüm uygulamalarda olduğu gibi, okulda pratik yapmak için sessiz bir yer bulun.

2. Adım: Sıfatlarla sorgulayın

Uygulama, görüşmecinin görüşülen kişiden zor bulduğu, mutlu olmadığı, sorunlara neden olabilecek veya değiştirmek istediği kişisel özellikleri hakkında düşünmesini istemesiyle başlar. Görüşmeci, görüşülen kişiden bu özelliği bir sıfat olarak not etmesini ister (örneğin: tembel, dağınık, stresli, hiperaktif, endişeli, karamsar, huysuz, vb.).

Daha sonra görüşmeci, görüşülen kişiden şu soruları cevaplamasını ister:

1. Nasıl oldun...?
2. Ne zaman bir şeyler yap ... Olmasaydın normalde ne yapardın...?
3. Şu anda zorluk çekiyor musunuz çünkü ...?
4. Siz varken kendinizle ilgili imajınız nedir...?

Adım 3: Adlarla sorgulama

Uygulamanın ikinci kısmı, görüşmecinin görüşülen kişiden aynı özelliği dikkate almasını ve bir isme dönüştürmesini istediği fas ve dış kaynak kullanımının kendisidir (örneğin: tembellik, düzensizlik, stres, hiperaktivite, kaygı, ruh hali, vb.).

Ardından, adım 2'de olduğu gibi, görüşmeci görüşülen kişiden şu soruları cevaplamasını ister:

1. Sizi savunmasız kılan neydi...?
2. Hangi koşullar altında en çok ... durumu devralabilir mi?
3. Ne gibi etkileri var... hayatınız ve diğer insanlarla olan ilişkileriniz hakkında?
4. Size şu anda karşılaşılabileceğiniz herhangi bir zorluk getirdi mi?
5. Öyle zamanlar olmuştur ki... Durumu kontrol altına alabilirdi ama siz bunun olmasına izin vermediniz mi?

4. Adım: Roller tersine çevirin ve tekrar başlayın!

İkinci bölümden sonra, katılımcılar rolleri değiştirebilir ve en baştan başlayabilir, iç durumun çözülmesiyle başlayabilir ve daha sonra dış dünyada sömürülebilir.

5. BİLGİLENDİRME

Uygulama, yalnızca katılımcıların yeni öğrendiklerini yansıttıkları yansıma modunda son bir bilgilendirme gerektirir.

Son sorular şunlar olacaktır:

- Sıfatlar ve isimlerle ilgili soruları cevaplamak nasıldı?
- Sıfatları düşünmenize ve hissetmenize neden olan şey neydi?
- Peki ya isimlerle ilgili sorular?
- Bir şey hakkında sıfat olarak ve isim olarak konuşmak arasındaki farkları fark ettiniz mi?
- Herhangi bir farklılık fark ederseniz, bunlar neydi?

6. ÖZEL MATERYALLER

Gerekli olan tek araç, sıfat ve isim listelerini yazmak için kalem ve kağıttır.

7. İPUÇLARI ve PÜF NOKTALARI

Bu, TASC'de bireysel olarak da gerçekleştirilebilen birkaç uygulamadan biridir. Bu nedenle, çift versiyona alternatif, bu uygulamanın tek bir kişisi tarafından uygulanmasıdır, böylece öğretmenler ve öğrenciler birbirleriyle röportaj yapabilir ve cevapları bir kağıda yazabilirler. Sınıf ve okul iklimlerinin sosyal süreçler ve dinamikler olduğu göz önüne alındığında, öğretmenler ve öğrenciler uygulamayı ilk önce kendi başlarına uygulayabilirler, sadece çalışmasını sağlamak ve dış kaynak kullanımının genel mantığını anlamak ve daha sonra en az bir çift (bir öğretmen, bir öğrenci) ile yapabilirler.

Başka bir varyant, öğrenci gruplarından davranışlarını tanımlamak ve dışsallaştırmak için sıfatlar ve isimler üzerinde toplu olarak düşüncelerini isteyen uygulamanın işbirlikçi bir versiyonu olabilir (örneğin sınıf içindeki farklı gruplar arasındaki çatışmalar durumunda).

8. ÇEVİRİMİÇİ SÜRÜM

Google Meet, Zoom gibi günümüzde mevcut olan video konferans araçlarını kullanarak çevrimiçi bir sürüm oluşturabilirsiniz. Hazırlık faaliyeti ve izlenecek adımlar aynıdır.

9. BİBLİYOGRAFYA - SİTOGRAFYA

1. Bruner, J. (1990). Anlam eylemleri. Harvard Üniversitesi Yayınları.
2. Beyaz, M. (2007). Anlatı pratiğinin haritaları. New York, NY: W. W. Norton.
3. Tarragona. M. (2019). Pozitif Kimlikler: Anlatı Uygulamaları ve RuhsalPsikoloji.